



Dinamika Hubungan Sponsorship dalam *Narcotics Anonymous* (NA) sebagai Strategi Pemulihan Adiksi Narkoba

Lilik Mudloyati Choiriyah^{1✉}, Lifina Dewi Pohan²

^{1,2}Universitas Indonesia

lilik.mudloyati01@ui.ac.id

Abstract

Indonesia still has a fairly high rate of drug abuse. Some limitations in drug management strategies in Indonesia, such as obstacles to intervention in prisons and lack of involvement in recovery from addicts, can be overcome by the existence of alternative drug treatment strategies. One of the recommended rehabilitation methods is sponsorship from Narcotics Anonymous. This method allows the involvement of the addict in the recovery process from drug addiction and can trigger the desire of the addict to continue the recovery process with social support provided through sponsorship relationships. This study aims to understand the dynamics of the experiences of individuals undergoing sponsorship in the Narcotics Anonymous community for drug addiction recovery. A single case study with an in-depth interview method was conducted on 42-year-old individuals undergoing drug recovery, as well as having experience participating in Narcotics Anonymous and having sponsorship relationships, both as sponsors and sponsees. In-depth interviews referred to four themes emerging from participants' experiences: (1) the main problem of addiction is behavior that forms with drug use, (2) opening the ears and expressing the heart can have therapeutic effects during recovery, (3) learning from sponsors during recovery, and (4) sharing experiences as sponsors is a form of recovery. The results of the study found that the dynamics of sponsorship relationships in NA become a social support that has therapeutic value for its members, facilitates abstinence, and raises positive expectations in recovery. As sponsors, participants who provide support also find it helpful in undergoing recovery through helper therapy principles. It can be said that the sponsorship relationship as one of the social supports in drug handling is felt to provide many benefits and can effectively help the recovery process of drug addiction so that it can be considered for mental health practitioners as an alternative therapy in handling drug addiction.

Keywords: narkoba, rehabilitasi, sponsorship, narcotics anonymous, adult

Abstrak

Indonesia masih memiliki tingkat penyalahgunaan narkoba yang cukup tinggi. Beberapa keterbatasan dalam strategi penanganan narkoba di Indonesia, seperti hambatan dalam intervensi di dalam lapas dan kurangnya keterlibatan dalam pemulihan dari pecandu, dapat diatasi dengan adanya alternatif strategi penanganan narkoba yang lain. Salah satu metode rehabilitasi yang direkomendasikan adalah sponsorship dari *Narcotics Anonymous*. Metode ini memungkinkan adanya keterlibatan dari pecandu dalam proses pemulihan dari adiksi narkoba serta dapat memicu keinginan dari pecandu untuk terus menjalani proses pemulihan dengan dukungan sosial yang diberikan melalui hubungan *sponsorship*. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika pengalaman individu yang menjalani sponsorship pada komunitas Narcotics Anonymous untuk pemulihan adiksi narkoba. *Single case study* dengan metode wawancara mendalam dilakukan pada individu berusia 42 tahun yang menjalani pemulihan narkoba, serta memiliki pengalaman mengikuti Narcotics Anonymous dan memiliki hubungan *sponsorship*, baik sebagai sponsee maupun sponsor. Wawancara mendalam mengacu pada empat tema muncul dari pengalaman partisipan: (1) masalah utama adiksi adalah perilaku yang terbentuk bersama pemakaian narkoba, (2) membuka telinga dan mengungkapkan isi hati dapat memunculkan efek terapeutik selama pemuliharaan, (3) belajar dari sponsor selama menjalani pemulihan, dan (4) berbagi pengalaman sebagai sponsor adalah bentuk pemulihan. Hasil penelitian ditemukan bahwa dinamika hubungan *sponsorship* dalam NA menjadi sebuah dukungan sosial yang memiliki nilai terapeutik bagi anggotanya, memfasilitasi abstinence, dan memunculkan ekspektasi positif dalam pemulihan. Sebagai sponsor, partisipan yang memberikan dukungan juga merasa terbantu dalam menjalani pemulihan melalui *helper therapy principles*. Dapat dikatakan hubungan *sponsorship* sebagai salah satu dukungan sosial dalam penanganan narkoba dirasa akan memberikan banyak keuntungan dan secara efektif dapat membantu proses pemulihan adiksi narkoba sehingga dapat dijadikan pertimbangan bagi praktisi kesehatan mental sebagai alternatif terapi dalam penanganan adiksi narkoba.

Kata kunci: narkoba, rehabilitasi, *sponsorship*, *narcotics anonymous*, dewasa

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Penyalahgunaan narkoba masih menjadi masalah kronis di Indonesia [1]. Indonesia memiliki tingkat penyalahgunaan narkoba yang cukup tinggi. Berdasarkan survei Badan Narkotika Nasional tahun 2019, sebanyak 2,4% atau lebih dari 4 juta jiwa

masyarakat Indonesia pernah menyalahgunakan narkoba. Untuk mengatasinya, tingkat penyalahgunaan narkoba yang masih sangat tinggi ini perlu dibarengi dengan penanganan narkoba yang baik. Saat ini Indonesia menerapkan strategi *War on Drugs* (WOD), yaitu penanganan narkoba melalui intervensi polisi dan

militer untuk mengurangi produksi, perdagangan ilegal, dan penggunaan zat itu sendiri [2].

Indonesia memiliki lembaga independen khusus, yaitu Badan Narkotika Nasional (BNN) yang bertugas untuk membantu pemerintah dalam pencegahan dan pemberantasan penyalahgunaan narkoba. Bersama dengan kepolisian, BNN berupaya memberantas penyalahgunaan narkoba secara preemtif, preventif, dan represif [1]. Banyaknya kasus penyalahgunaan narkoba berdampak bagi lapas dan rutan mengalami *over capacity*, di mana 50%-60% penghuni Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) adalah kasus narkoba. Hal ini membuat sulitnya pemisahan antara WBP kasus narkoba yang berperan sebagai kurir, bandar maupun sebagai korban penyalahgunaan narkoba sehingga proses pembinaan berjalan kurang efektif dan penyalahgunaan narkoba bisa tetap berlanjut di dalam lapas. Selain itu, proses rehabilitasi oleh BNN belum sepenuhnya efektif karena adanya keterbatasan dalam tenaga profesional, sosialisasi program rehabilitasi yang belum sistematis dan konsisten, serta sebagian besar metode dan substansi rehabilitasi yang kurang sesuai dengan karakteristik masyarakat Indonesia [3].

Pelaku penyalahgunaan narkoba seringkali tidak mendapatkan rehabilitasi melainkan hukuman pidana. Padahal, orang yang menggunakan narkoba seharusnya tidak mendapatkan hukuman penjara dan isolasi, melainkan akses ke perawatan dan dukungan. Kriminalisasi justru mengecilkan hati orang yang menggunakan narkoba untuk mencari bantuan. Kriminalisasi semakin membuat penjara *over capacity*, yang pada akhirnya akan mengarah pada pelanggaran HAM skala besar, termasuk penargetan dan marginalisasi pemuda dan perempuan. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri dalam penanganan narkoba di Indonesia. Tantangan lain dalam menangani narkoba berupa pola pikir masyarakat terhadap penyalahgunaan narkoba, yaitu ketidaktahuan masyarakat mengenai bahaya penyalahgunaan narkoba dan budaya rehabilitasi secara sukarela karena kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar [3]. Lebih lanjut lagi, kehadiran stigma ditengah masyarakat ini juga mempengaruhi keputusan seorang pecandu narkoba untuk mencari bantuan [4]. Adanya stigma membuat pecandu narkoba cenderung ragu untuk mencari bantuan. Kondisi ini memicu peneliti untuk mencari tahu tentang alternatif penanganan adiksi narkoba yang bisa diterapkan di Indonesia.

Salah satu alternatif penanganan narkoba yang lebih dicari pengguna narkoba dan mungkin sesuai dengan budaya kekeluargaan pada masyarakat Indonesia adalah penanganan berbasis kelompok seperti *narcotics anonymous*. *Narcotics anonymous* (NA) adalah komunitas bagi para pecandu yang ingin sembuh dari penyakit adiksi, tidak hanya ingin berhenti kecanduan narkoba [5]. Dasar dari program NA adalah 12-Langkah pemulihan yang terdiri dari rangkaian prinsip untuk proses pemulihan adiksi [6]. 12-Langkah pemulihan

dibahas melalui pertemuan rutin yang diadakan bersama anggota NA, baik secara *online* maupun secara langsung. Adanya kemudahan dalam pertemuan NA yang bisa dilakukan melalui *online meeting* juga meningkatkan keefektifan dari strategi pemulihan ini [7]. Selain itu, keanggotaan NA bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Anggota NA juga diperbolehkan untuk merahasiakan identitas asli jika merasa tidak nyaman membagikan identitas asli. Adanya kerahasiaan serta kesamaan masalah bagi anggota akan membuat pecandu merasa lebih nyaman, diterima, dan secara sukarela menjalani pemulihan bersama anggota lainnya. Keuntungan dari *peer support* melalui NA dibandingkan dengan pelayanan profesional adalah adanya rasa pertemanan dan pengalaman serupa dapat meningkatkan *rapport* dan dukungan informasional yang relevan [8].

Narcotics anonymous menerapkan sebuah budaya yang disebut *sponsorship*. *Sponsorship* menjadi menjadi sarana bagi *sponsor*, individu yang sudah maju dan progresif dalam menjalani 12-Langkah pemulihan, untuk menyediakan sumber dukungan interpersonal kepada *sponsee* yaitu individu yang baru mulai menjalani pemulihan adiksi [9]. Untuk menjadi *sponsor*, individu minimal sudah *clean* dari narkoba selama 5 tahun dan sudah menyelesaikan 12-Langkah pemulihan NA. *Sponsorship* menerapkan *helper therapy principles* (HTP), yaitu individu yang menyediakan dukungan akan mendapatkan manfaat lebih besar dibandingkan penerimanya [10]. Penanganan narkoba yang didapatkan pecandu melalui pertemuan rutin NA dan *sponsorship* bukanlah pelayanan profesional, melainkan pelayanan berbasis *self-help group therapy* dari sesama anggota yang juga pernah menjadi pengguna narkoba. *Helper/sponsor* disini bukanlah tenaga profesional, melainkan individu yang memiliki kesamaan masalah dan bersedia membantu individu lain yang baru menjalani pemulihan adiksi. *Self-help group* menjadi pilihan bagi individu yang menjalani pemulihan adiksi karena dapat menjadi motivasi sepanjang menjalani pemulihan, serta memberdayakan mereka untuk memberi kembali ke masyarakat dengan memberikan dukungan kepada anggota lain [11].

Sponsorship akan membentuk afiliasi dan dukungan sosial antar anggota NA dan menjadi aspek penting yang mendukung keberhasilan pemulihan pada *self-help group*, baik untuk *sponsor* maupun *sponsee*. *Sponsor* yang menyediakan dukungan mendapatkan benefit seperti meningkatkan perasaan berharga bagi diri sendiri karena membantu orang lain, mengurangi penderitaan dan *stress* karena mengalihkan fokus untuk membantu orang lain, serta mendorong pemulihan pribadi sambil mendukung pemulihan orang lain [10]. Ditambah lagi, *sponsor* juga ditemukan mengalami peningkatan dalam *psychological well-being* dan kesehatan sebagai manfaat dari menyediakan dukungan emosional [10]. *Sponsee* yang baru memulai pemulihan

sangat disarankan memiliki *sponsor* sebagai sumber dukungan yang reliabel dan konsisten, serta keuntungan mendapatkan akses kepada jaringan sosial yang lebih luas [9]. Aplikasi *helper therapy principles* dirasa secara efektif dapat memberikan dampak positif pada beberapa aspek penanganan narkoba seperti fasilitas penanganan adiksi, institusi sosial, dan penanganan adiksi berbasis komunitas [11].

Berdasarkan pemaparan diatas, *helper-therapy principles* dapat memberikan berbagai dampak positif ketika diaplikasikan dalam penanganan narkoba, salah satunya melalui *sponsorship* dalam *Narcotics Anonymous*. *Sponsorship* NA memiliki kelebihan tersendiri dibandingkan dengan penanganan profesional lain di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti ingin lebih memahami dinamika pengalaman dari individu yang menjalani *sponsorship* NA. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai dinamika hubungan *sponsorship* NA untuk pemulihan adiksi narkoba, serta nantinya dapat dijadikan pertimbangan bagi praktisi kesehatan mental tentang alternatif terapi dalam penanganan masalah narkoba.

2. Metodologi Penelitian

2.1. Partisipan

Partisipan pada penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah: 1) individu yang pernah menyalahgunakan narkoba 2) menjalani pemulihan, 3) mengikuti *Narcotics Anonymous* (NA), dan 4) memiliki *sponsorship*, pernah menjadi *sponsee* maupun *sponsor*. Kriteria keempat yaitu pernah menjadi *sponsee* maupun *sponsor* ditetapkan untuk mengeksplorasi pengalaman *sponsorship* dan dinamika perubahannya saat menjadi *sponsee* hingga menjadi *sponsor*.

2.2. Desain

Desain penelitian adalah *single case study* dengan pengambilan data menggunakan wawancara. Penelitian menggunakan pendekatan fenomenologi yang menekankan pengalaman subjektif atau fenomenologikal, untuk mencari esensi makna dari suatu peristiwa yang dialami individu [12]. Secara sederhana, studi ini berupaya untuk menganalisis secara deskriptif dan introspektif tentang segala kesadaran manusia dan pengalamannya baik dalam aspek indrawi, konseptual, moral, estetis, dan religius. Pengalaman yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah pengalaman individu yang menjalani *sponsorship* dalam pemulihan adiksi narkoba. Peneliti akan melakukan teknik *bracketing* dalam menggali informasi mengenai pengalaman partisipan, mengamati pengalaman yang diceritakan secara netral dengan mengesampingkan sudut pandang pribadi. Kemudian, peneliti melakukan analisis secara deskriptif, introspektif, dan apa adanya tentang pemaknaan partisipan mengenai pengalamannya [13].

2.3 Prosedur

Peneliti memilih partisipan dengan menyebarkan informasi melalui aplikasi komunikasi daring kepada target-target yang sekiranya memenuhi kriteria partisipan penelitian. Setelah diperoleh beberapa target partisipan, peneliti menanyakan kesediaan partisipan dan melakukan wawancara singkat via *chat* untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria partisipan yang telah ditentukan. Selanjutnya, pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara mendalam untuk menggali pengalaman individu yang menjalani *sponsorship*. Dikarenakan keterbatasan selama pandemi COVID-19, wawancara dilakukan secara *online* melalui *video conference* via Zoom meeting. Seluruh sesi wawancara direkam untuk dibuat transkrip verbatim dan dianalisis.

2.4 Teknik Analisis

Teknik analisis yang digunakan adalah *Interpretative Phenomenology Analysis* (IPA) sebagai upaya untuk mengeksplor pemaknaan individu dari sebuah pengalaman yang signifikan baginya. Teknik ini bertujuan untuk mengungkap secara detail bagaimana partisipan memaknai dunia pribadi dan sosialnya, dengan memprioritaskan diversitas yang terkandung dalam pengalaman dan kebebasan dalam mengeksplorasi konteks. Selain itu, teknik IPA sudah banyak diaplikasikan dalam penelitian tentang konseling dan budaya [14]. Terdapat beberapa tahapan dalam teknik analisis yang dilakukan, yaitu (1) membaca dan membaca kembali, (2) mencatat konten yang menarik, (3) mengidentifikasi tema yang muncul, (4) mencari hubungan antar tema-tema yang muncul, dan (5) menyusun tema-tema yang muncul.

3. Hasil dan Pembahasan

Partisipan dari penelitian ini adalah S, laki-laki berusia 42 tahun, yang saat ini sudah 12 tahun *clean* dari penyalahgunaan narkoba. Diantara seluruh target partisipan, S dipilih karena paling memenuhi kriteria partisipan penelitian. Target partisipan yang lain tidak memenuhi kriteria keempat karena hanya pernah menjadi *sponsee* dan belum pernah menjadi *sponsor*. Wawancara mendalam dilakukan kepada S selama kurang lebih 71 menit secara *online* melalui *video conference* via Zoom meeting.

S pertama mengetahui tentang NA melalui edukasi yang diperoleh saat di penjara dan mulai mengikuti komunitas NA sejak awal menjalani pemulihan. S memiliki pengalaman menjalani *sponsorship*, baik menjadi *sponsee* maupun *sponsor*. Saat ini S berprofesi sebagai *recovery couch* dan secara aktif membantu pemulihan pecandu. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan peneliti, partisipan mengalami dinamika psikologis yang beragam dalam menjalani *sponsorship* untuk pemulihan. Pengalaman menjalani *sponsorship* tersebut memunculkan tema-tema unik yang dinamakan peneliti sebagai masalah utama adiksi, membuka telinga dan mengungkapkan isi hati, belajar dari *sponsor*, serta berbagi pengalaman adalah bentuk pemulihan. Tema-

tema tersebut secara lebih jelas akan dipaparkan dalam penjelasan di bawah ini.

3.1. Tema 1: Masalah utama penyakit adiksi

Seiring berjalannya waktu ketika menjalani pemulihan, S mulai menyadari bahwa permasalahan utama yang dia miliki bukanlah narkoba, melainkan perilaku yang terbentuk bersamaan dengan pemakaian narkoba. Saat sudah berhasil berhenti menggunakan narkoba, permasalahan utama adalah mengubah perilaku maladaptif yang sudah terbentuk.

“Saya menyadari bahwa masalah saya ternyata bukan hanya drugs, karena tadinya saya berpikir ketika saya berhenti yang penting saya ga make lagi deh, udah selesai kan, ternyata tidak begitu.. perilaku saya yang sudah terbentuk bersamaan waktu saya menggunakan itu tidak bisa berubah, narkobanya saya buang tapi perilaku pikiran saya gimana cara ngebuangnya, mau dioperasi otak saya mau diambil terus dibuang kan gak mungkin”.

Proses pemulihan yang dijalani tidak hanya berfokus pada pencegahan *relapse*, melainkan usaha mengubah perilaku. Mengubah perilaku yang sudah terbentuk sulit untuk dilakukan, akan butuh waktu dan pembiasaan untuk membentuk perilaku baru. Disinilah S menemukan komunitas NA yang membantunya menjalani pemulihan.

“Iya mental, fisik, emosional spiritual saya itu udah hancur berkeping-keping ya. Jadi untuk bisa menyadari mana yang salah mana yang engga itu memang harus butuh kebiasaan gitu, membiasakan diri lagi. Ya dipenjara itu saya tau tentang NA dan habis keluar dari penjara itu saya ketemu di Bali ada komunitas dimana orang-orang bule itu yang ada di progam 12 langkah Narcotics Anonymous yang membantu saya gitu”.

3.2. Tema 2: Membuka telinga dan mengungkapkan isi hati

Pada pertemuan reguler NA, anggota bisa *sharing* perasaan dan pengalaman. *Sharing* ini memberikan banyak manfaat bagi partisipan. Dengan mendengarkan cerita anggota lain, S menyadari bahwa masih banyak anggota lain yang memiliki masalah lebih berat dibanding dirinya. Hal ini membuat S lebih bersyukur akan kehidupannya dan lebih bersemangat menjalani pemulihan.

“Hal yang paling sederhana kenapa ada sharing, e.. sangat banyak makna yang saya dapatkan. Ya awal-awal karena saya itu tipikal orang yang gamau peduli ya, eh ternyata saya ini melalui datang ke pertemuan itu, ditempat sharing itu saya belajar untuk membuka kuping. wah.. ketika saya dengar itu, saya kadang jadi malu gitu, ya ampun masalahku tuh cuman sepele gitu lho, udah kek pengen bunuh diri gitu. Dia tuh masalahnya berat banget, wajar dia mau bunuh diri, tapi dia selamat. Bahkan dia lebih semangat lagi untuk

mau berusaha lebih besar lagi untuk menjaga pemulihannya dia”.

Mendengarkan cerita anggota lain membuat partisipan tidak lagi meratapi masalahnya. Saling berbagi cerita selama pertemuan NA menjadi sarana katarsis bagi S. Kekuatan pertemuan NA inilah yang membuat S berkomitmen untuk terus hadir pertemuan. Ditengah kondisi pandemi, pertemuan tetap dilakukan secara *online* melalui *Zoom meeting*.

“Saya punya masalah yang menurut saya berat, tetapi tiba-tiba saya denger ada temen yang sharing sampe nangis-nangis, wah saya gini gini gini. Saya akhirnya jadi ga sedih, yaampun masalah saya cuman ya.. seupil, nih parah banget tapi dia bisa bertahan gitu. Nah itulah kekuatan dari pertemuan itu, kenapa saya komit untuk menghadiri pertemuan itu, di NA itu seminggu sekali setiap hari Sabtu. Sampe sekarang (ikut meeting) karena kita sekarang nih pake zoom, cerita kadang-kadang pake zoom”.

Selain mendengarkan cerita anggota lain, partisipan juga mendapat manfaat lain dengan membagikan perasaan atau *unek-unek* yang dia miliki. Datang ke pertemuan, mendengarkan cerita ataupun membagikan perasaan adalah obat bagi S untuk menjaga pemulihan. Dapat dikatakan, saling berbagi cerita dengan para pecandu lain selama pemulihan menjadi sarana katarsis yang dapat memunculkan efek terapeutik bagi S.

“Perlunya obat buat saya, atau meeting ataupun datang ke NA ataupun manapun komunitas yang menjaga pemulihan, kemudian seminggu sekali saya perlu datang ke situ untuk membuang unek-unek saya.”

3.3. Tema 3: Belajar dari sponsor

Peran *sponsor* dalam *sponsorship* NA adalah untuk berbagi informasi dan pengalaman dalam mengerjakan langkah pemulihan. Partisipan sebagai *sponsee* belajar dari pengalaman *sponsor*-nya dan menerapkan hal itu dalam dirinya.

“Ingat di Narcotics Anonymous itu kalo kamu cari sponsor, hanyalah orang yang akan menceritakan pengalaman dia bagaimana dulu through this steps, bagaimana dia melalui langkah-langkah ini, dia akan ceritakan pengalaman dia sama kamu. Sponsor bener-bener bantu hidup saya dan bagaimana dari sisi pengalamannya dia yang coba saya terapkan ke diri saya gitu.”

“Belajar pengalaman, bener. Yang paling ini sih, terkadang saya liat ah ini mungkin ceritanya dia aja kali, ga real yang dia jalani. Tetapi ya seperti sponsor saya sekarang nih saya bilang, waw nih sponsor saya betul-betul luar biasa, apa yang dia omongin itu yang dia jalankan, dan saya juga sedang berusaha untuk mencontoh itu dalam diri saya, kadang berat tapi saya harus percaya diri bahwa ini bisa (saya lakukan).”

Partisipan menyebutkan bahwa sampai saat ini, ketika dia sudah 12 tahun *clean*, dia masih membutuhkan

sponsor. Sponsor sangat berperan sebagai teman diskusi untuk menyelesaikan masalah. Selain itu, sponsor selalu mengingatkan S untuk terus belajar. Belajar bukan untuk menjadi sempurna, melainkan menjadi lebih manusiawi.

“Iya, yang jelas sih sampe sekarang saya masih membutuhkan sponsor saya, bahkan saya sudah kontrak dia tuh seumur hidup sampe saya mati. Setiap ada masalah yang tidak bisa saya selesaikan, saya biasa diskusi sama dia dan dari dia saya biasa dapet jalan. Oh saya harus lakukan ini, waktu berbuat itu. Ya begitulah.”

“Jadi (sponsor) sangat berpengaruh banget, bagaimana saya dengan sponsor saya yang sampai sekarang ini menyelamatkan hidup saya dan sponsor saya selalu mengingatkan diri saya bahwa yang terpenting itu progress not perfection. Saya tidak pernah selalu merasa puas ataupun menjadi orang sempurna, yang saya tau adalah setiap hari saya harus belajar karena ya tugas saya tuh ya satu hari, hari ini saya harus belajar lebih baik lagi, kalo hari ini gagal besok saya harus lebih baik lagi. Bukan untuk menjadi sempurna, tapi setidaknya menjadi sedikit aja lebih manusiawi”.

3.4. Tema 4: Berbagi pengalaman adalah bentuk pemulihan

Partisipan memutuskan menjadi *sponsor* untuk membantu pemulihannya juga. Disamping menjalankan langkah ke 12, yaitu membagikan pesan pemulihan kepada para pecandu lain, berbagi pengalaman adalah bentuk pemulihan itu sendiri. Karena dengan berbagi pengalaman, S turut menjalani pemulihan secara terus-menerus.

“Setelah mengalami pencerahan spiritual hasil dari mengerjakan langkah ini, dari langkah 1 sampai 11, saya harus menyampaikan pesan ini kepada para pecandu yang masih menderita di luar sana, salah satunya dengan jadi sponsor, ini untuk membantu pemulihan saya juga”.

Ketika menjadi *sponsor*, partisipan membagikan pengalamannya saat menjalani pemulihan kepada *sponsee*. Berdiskusi dan mendampingi *sponsee* mengerjakan langkah pemulihan sama seperti S kembali mengerjakan langkah pemulihan. Selain itu, S juga terbuka dan mau membantu *sponsee* menghadapi permasalahan yang dialami.

“(Memiliki sponsee) ya seperti saya mengerjakan langkah lagi. Saya certain langkah pemulihan saya lagi. Begitu mendengar ceritanya dia kemudian bertanya ini kenapa saya ngalamin kondisi begini, saya harusnya bagaimana, ya saya balikin lagi menurut kamu kira-kira bagaimana dengan apa yang udah kita jalankan 12 langkah ini. Terus kira-kira apa yang bisa kita pake untuk mengatasi masalah ini, cocok ngga, kalo ngga cocok kamu ulangin pake alat baru lagi, kamu coba hadapin lagi itu”

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika pengalaman individu yang menjalani *sponsorship* untuk pemulihan narkoba. Berdasarkan hasil wawancara, didapatkan beberapa tema dalam pemaknaan pengalaman partisipan saat menjalani *sponsorship* untuk pemulihan. Seperti diuraikan dalam tema 1, partisipan memaknai masalah utama dari penyakit adiksi yang dia miliki bukanlah dari narkoba, melainkan perilaku yang terbentuk sebagai dampak dari penyalahgunaan narkoba. Perilaku inilah yang justru memerlukan usaha dan waktu yang lebih lama untuk kembali diubah menjadi perilaku yang adaptif. Sejalan dengan hal itu, penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa penyalahgunaan narkoba tidak hanya memberikan dampak pada kesehatan fisik seperti masalah hati dan HIV, namun juga adanya dampak psikologis berupa kesulitan konsentrasi, masalah tidur, agresi, kecemasan dan depresi [15]. Dampak psikis dan perilaku yang dimiliki pecandu narkoba perlu dijadikan pertimbangan psikolog dan praktisi kesehatan karena dapat menjadi tantangan tersendiri untuk keberhasilan intervensi.

Partisipan dalam penelitian ini merasa sangat terbantu oleh adanya pertemuan reguler di *Narcotics Anonymous*. Melalui pertemuan ini, partisipan dapat mendengarkan cerita anggota NA yang lain dan membagikan pengalaman terkait pemulihan yang sedang dia jalani. Seperti dijelaskan dalam tema 2, mendengarkan cerita dan bercerita memberikan pengalaman *therapeutic* yang cukup berperan dalam menjalani pemulihan. Ketika partisipan merasa sedih atau kesulitan, mendengarkan cerita anggota lain yang mungkin lebih berat membuatnya menjadi bersemangat dan tidak lagi bersedih. Kemudian, bercerita disini berperan sebagai sarana untuk mengeluarkan keluh kesah, sehingga menjadi obat tersendiri dalam pemulihannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa *group therapy* seperti pertemuan NA berperan dalam memfasilitasi *abstinence*, mendukung *mutual support*, serta mengurangi *stress* karena mengalihkan fokus pada masalah pribadi ke pemulihan orang lain [8] [10].

Selanjutnya, selain pertemuan NA secara reguler, partisipan juga menjalani *sponsorship*. Partisipan mendapatkan berbagai keuntungan dari adanya *sponsor*. *Sponsor* memberikan dukungan informasional [8] dan berbagi pengalaman terkait pemulihan yang telah dia jalani. Sesuai tema 3, partisipan banyak belajar dari cerita kesuksesan *sponsor* dan mencoba menerapkannya pada langkah pemulihan yang dia kerjakan, serta untuk penyelesaian permasalahan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan *social learning theory* yang menyebutkan bahwa interaksi dengan mentor pemulihan (*sponsor*) dan *role models* dapat meningkatkan ekspektasi pemulihan yang positif pada individu dengan *substance use disorder* melalui proses belajar yang dilakukan [16].

Sponsorship sebagai *recovery support group* memberikan manfaat berupa adanya kesempatan bertemu dengan individu yang dapat mendukung pemulihan dengan cara menjadi *go-to friend* dan mentor yang *re-inforce* perilaku prososial, mempromosikan hubungan sosial yang kuat, dan menyediakan arahan serta bantuan dalam waktu lama [16]. Sejalan dengan hal itu, partisipan penelitian ini juga menyebutkan bahwa hubungan yang dibentuk dengan *sponsor* akan berjalan selama dia hidup. Sampai sekarang, setelah ia 12 tahun *clean* dari narkoba, partisipan tetap berdiskusi dengan *sponsor* ketika memiliki masalah yang sulit diatasi. Selain itu, peneliti berasumsi bahwa keberhasilan partisipan dalam mempertahankan *abstinence* (berhasil *clean* selama 12 tahun) juga dipengaruhi oleh peran *sponsor*. Keterlibatan *sponsor* dalam waktu yang lama diduga dapat memprediksi *abstinence* yang lebih baik pada hubungan *sponsorship* jangka lama karena tersedianya akses akan jaringan sosial yang luas [9].

Partisipan penelitian ini tidak hanya memiliki *sponsor*, namun juga berperan sebagai *sponsor* bagi beberapa *sponsees*. Seperti penjelasan pada tema 4, menjadi *sponsor* dan berbagi pengalaman pemulihan kepada pecandu lain adalah bentuk pemulihan bagi partisipan. Hal ini dapat dijelaskan dengan *helper therapy principles* dari yang menyebutkan bahwa individu yang memberikan bantuan justru meningkat manfaat terapinya. Selain itu, partisipan juga menjelaskan bahwa saat mendampingi *sponsee* mengerjakan langkah pemulihan, partisipan seperti mengerjakan kembali langkah pemulihan yang sama. Ketika *sponsor* mendampingi *sponsee* dalam konteks mengajari, *sponsor* mendapatkan manfaat dari mekanisme kognitif yang diasosiasikan dengan belajar melalui proses mengajari sehingga ia terdorong untuk terus menjalani pemulihannya sendiri [10]. Untuk dapat mendampingi *sponsee*, *sponsor* akan mempelajari lagi langkah-langkah pemulihan yang sebelumnya telah dikerjakan. Hal ini berguna untuk *maintenance* pemulihan yang dia jalani, mengingat pemulihan itu berjalan seumur hidup.

Kelebihan dari penelitian ini adalah partisipan memiliki dinamika pengalaman yang kompleks. Partisipan pernah menjadi *sponsee* maupun *sponsor*. Hal ini memberikan kekayaan pengalaman dan pemaknaan yang mendalam terkait dengan *sponsorship*. Selanjutnya, hubungan *sponsorship* yang dijelaskan melalui *helper therapy principles* memberikan pemahaman bahwa *sponsorship* memberikan berbagai manfaat bagi individu yang menjalaninya, baik sebagai *sponsee* maupun *sponsor*. Berdasarkan hal tersebut, prinsip ini dapat diterapkan dalam penanganan narkoba, mengingat penerapan secara efektif dapat memberikan dampak positif pada berbagai aspek penanganan narkoba. Sayangnya, penelitian ini belum menggali aspek spiritual dari 12 langkah pemulihan *narcotics anonymous*. Aspek spiritual dan agama dapat meningkatkan keefektifan rehabilitasi narkoba [17] dan

ditemukan adaptif pada budaya Islami di Iran [18]. Penelitian selanjutnya dapat menggali hal tersebut untuk melihat pengaruhnya pada pemulihan, mengingat pentingnya nilai spiritual bagi sebagian besar masyarakat Indonesia.

4. Kesimpulan

Pengalaman individu menjalani *sponsorship* untuk pemulihan narkoba adalah pengalaman yang kompleks dan penuh pembelajaran. Melalui penelitian ini, peneliti berhasil mengumpulkan tema-tema besar dari pengalaman partisipan dalam menjalani *sponsorship* NA untuk pemulihan, yaitu masalah utama penyakit adiksi, membuka telinga dan mengungkapkan isi hati, belajar dari sponsor, serta berbagi pengalaman adalah bentuk pemulihan. Melalui tema-tema ini, dapat dipahami bahwa hubungan *sponsorship* dalam NA menjadi sebuah dukungan sosial yang memiliki nilai *therapeutic* bagi anggotanya, memfasilitasi *abstinence*, dan memunculkan ekspektasi positif dalam pemulihan. Sebagai *sponsor*, partisipan juga ikut terbantu dalam pemulihannya sesuai *helper therapy principles*. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan bagi praktisi kesehatan mental mengenai alternatif terapi dalam penanganan adiksi narkoba. Hal ini dikarenakan hubungan *sponsorship* dalam *Narcotics Anonymous* memberikan berbagai manfaat, baik bagi *sponsee* maupun *sponsor*. Oleh karena itu, hubungan *sponsorship* sebagai salah satu dukungan sosial dalam penanganan narkoba dirasa akan memberikan banyak keuntungan dan secara efektif dapat membantu proses pemulihan adiksi narkoba.

Daftar Rujukan

- [1] Hariyanto, B. P. (2018). Pencegahan dan Pemberantasan Peredaran Narkoba di Indonesia. *Jurnal Daulat Hukum*, 1(1), 201-210. <https://doi.org/10.30659/jdh.v1i1.2634>.
- [2] Mehroolhassani, M. H., Yazdi-Feyzabadi, V., Hajebi, A., & Mirzaei, S. (2019). Cross-Country Comparison of Treatment Policies Facing the Drug Abuse in Five Selected Countries. *Addiction & Health*, 11(2), 81. <https://doi.org/10.22122/ahj.v1i1i2.233>.
- [3] Hikmat, A. M. R. S. (2018). Pencegahan dan pemberantasan peredaran narkoba di Indonesia. *Jurnal Daulat Hukum*, 1(1), 201-210. <https://doi.org/10.30659/jdh.v1i1.2634>.
- [4] Cockroft, J. D., Adams, S. M., Bonnet, K., Matlock, D., McMillan, J., & Schlundt, D. (2019). "A Scarlet Letter": Stigma And Other Factors Affecting Trust in the Health Care System For Women Seeking Substance Abuse Treatment In A Community Setting. *Substance Abuse*, 40(2), 170-177. <https://doi.org/10.1080/08897077.2018.1544184>.
- [5] Abdollahi, S. M., & Haghayegh, S. A. (2020). Efficacy of Group Therapy Based On 12-Step Approach Of Narcotics Anonymous On Self-Control And Quality Of Life In People with Substance Use Disorder Diagnosis During Recovery. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 8(1), 17-26. <https://doi.org/10.32598/jpcp.8.1.19>.
- [6] Sanches, M. V., & John, P. (2019). Treatment of Love Addiction: Current Status and Perspectives. *The European Journal of Psychiatry*, 33(1), 38-44. <https://doi.org/10.1016/j.ejpsy.2018.07.002>.

- [7] Bergman, B. G., Kelly, J. F., Fava, M., & Evins, A. E. (2020). Online Recovery Support Meetings Can Help Mitigate the Public Health Consequences of COVID-19 for Individuals with Substance use Disorders. *Addictive Behaviors*, *113*, 106661. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106661>.
- [8] Liu, Y., Kornfield, R., Shaw, B. R., Shah, D. V., McTavish, F., & Gustafson, D. H. (2020). Giving and Receiving Social Support in Online Substance use Disorder Forums: How Self-Efficacy Moderates Effects on Relapse. *Patient Education and Counseling*, *103*, 1125-1133. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.12.015>.
- [9] McGovern, W., Addison, M., & McGovern, R. (2021). An Exploration of the Psycho-Social Benefits of Providing Sponsorship and Supporting Others In Traditional 12 Step, Self-Help Groups. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(5):2208. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052208>.
- [10] Ngai, S.S.-y., Cheung, C.-K., Mo, J., Chau, S.Y.-h., Yu, E.N.-h., Wang, L., & Tang, H.-y. (2021). Mediating Effects of Emotional Support Reception and Provision on the Relationship between Group Interaction and Psychological Well-Being: A Study of Young Patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*, 12110. <https://doi.org/10.3390/ijerph182212110>.
- [11] Shaari, A. A. H., & Waller, B. (2023). Self-Help Group Experiences Among Members Recovering from Substance use Disorder in Kuantan, Malaysia. *Social Work with Groups*, *46*(1), 51-67. <https://doi.org/10.1080/01609513.2022.2057393>.
- [12] Alaslan, A. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. <https://doi.org/10.31237/osf.io/2pr4s>.
- [13] Alhazmi, A. A., & Kaufmann, A. (2022). Phenomenological Qualitative Methods Applied to the Analysis of Cross-Cultural Experience in Novel Educational Social Context. *Frontiers in Psychology*, *13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.785134>.
- [14] Miller, R. M., Chan, C. D., & Farmer, L. B. (2018). Interpretative Phenomenological Analysis: A Contemporary Qualitative Approach. *Counselor Education and Supervision*, *57*(4), 240-254. <https://doi.org/10.1002/ceas.12114>.
- [15] Richert, T., Anderberg, M., & Dahlberg, M. (2020). Mental health problem among young people in substance abuse treatment in Sweden. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, *15*, 43. <https://doi.org/10.1186/s13011-020-00282-6>.
- [16] Bergman, B. G., & Kelly, J. F. (2020). Online Digital Recovery Support Services: An Overview of the Science and Their Potential to Help Individuals With Substance use Disorder During COVID-19 and Beyond. *Journal of Substance Abuse Treatment*, *120*, 108152. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2020.108152>.
- [17] Tamene, E. (2021). An Investigation To The Mourning Process During Narcotic Addiction Recovery Through Discourse Analysis. *Journal of Drug Abuse*, *7*(10):61. <https://doi.org/10.36648/2471-853X.7.10.61>.
- [18] Galanter, M., White, W. L., & Hunter, B. D. (2019). Cross-Cultural Applicability of the 12-Step Model: A Comparison of Narcotics Anonymous In the USA and Iran. *Journal of Addiction Medicine*, *13*(6), 493-499. <https://doi.org/10.1097/ADM.0000000000000526>.